قدرت حق انتخاب

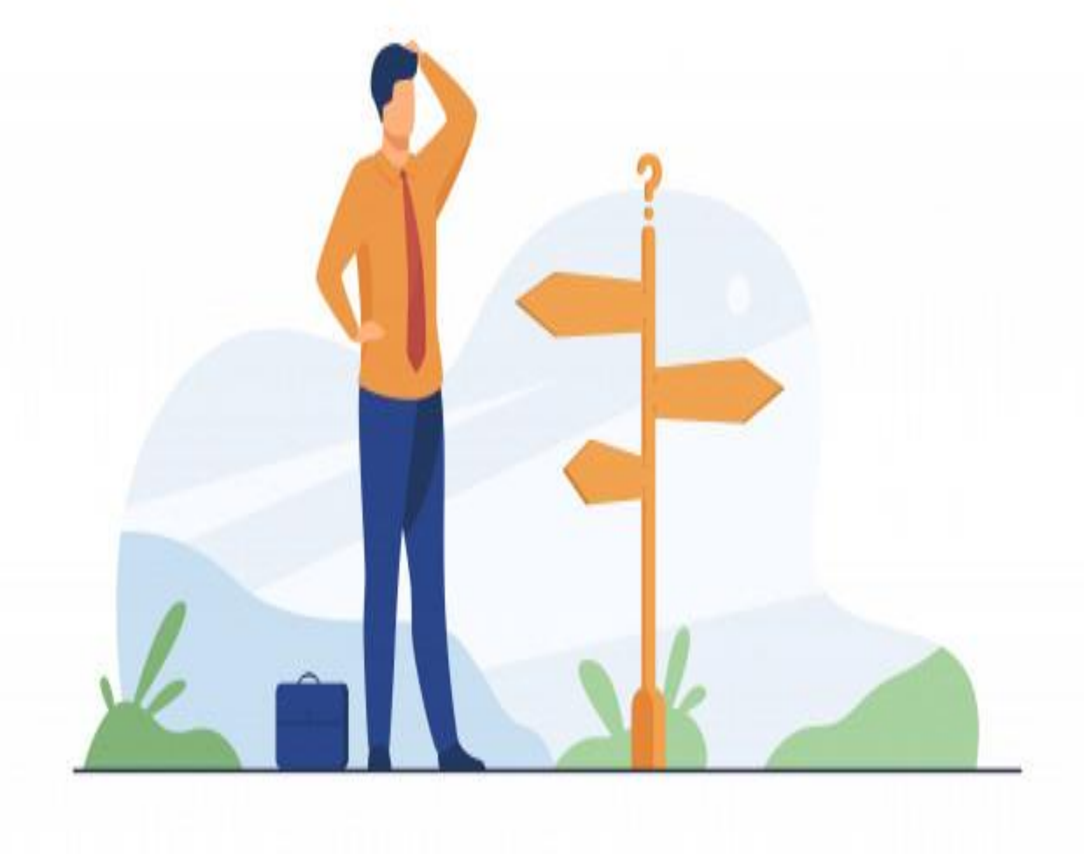
را یکبار برای همیشه یاد بگیرید



نویسنده: آکادمی مجازی باور مثبت

در کتاب قدرت حق انتخاب را یکبار برای همیشه یاد بگیرید مباحث زیر رو باهم بررسی می‌کنیم:

- ✓ قدرت ناشناخته حق انتخاب
- ✓ تعریف حق انتخاب در زندگی شما
- ✓ بررسی انتخاب با اعمال و رفتار
- ✓ انتخاب همراه با اختیار تام در زندگی
- ✓ چه زمانی خود را قدرتمند میدونیم؟



قدرت ناشناخته حق انتخاب چیست؟

ما انسان هایی دارای قدرت حق انتخاب و اختیار هستیم، همونطور که توی آموزه های دینیمون یاد گرفتیم انسان تنها موجود دارای اختیار و حق انتخاب هستش این بزرگترین هدیه خداوند به ماست خداوند ما رو به صورتی خلق کرده که مثل خودش می تونیم خلق کننده و آفریدگار باشیم و به همین دلیل هم به ما قدرت حق انتخاب داده که بتونیم مسیرها و هدف های زندگیمون رو دنبال کنیم در **کتاب یکبار برای همیشه قدرت حق انتخاب را یاد بگیرید** و همواره فردی با قدرت انتخاب بالا به شمار بیایید در این کتاب ما با شما تا رسیدن به این هدف همراه خواهیم بود.

تعریف حق انتخاب در زندگی شما

از نظرعلمی بیرون کشیدن و برگزیدن چیزی یا کسی از میان یک مجموعه رو انتخاب میشه تعریف کرد یا به مفهومی ساده تر، هر فردی در مورد زمینه های مختلف زندگیش مقابل تعدادی از گزینه ها و آیتم ها قرار میگیره و با بیرون کشیدن و گزینش یکی از اون گزینه یا آیتم ها انتخاب خودش رو نشون میده عملا هر شخصی بنا به منافع شخصی خودش بین چند راه یا چند گزینه بهترین راهی رو انتخاب می کنه که منافعش رو تامین کنه.

بررسی انتخاب با اعمال و رفتار

هر رفتاری که از انسان سر میزنه چه مثبت باشه و چه منفی بر اساس انگیزه های درونی اون فرده نه عوامل بیرونی که پیرامون شخص روی میده. واقعیت اینه که ما بی دلیل کار یا رفتاری رو انجام نمیدیم و برای هرکدوم از اونها یه هدف داریم.



از نظر من راه درست وغلط وجود نداره، و این خود ما هستیم که با باورهایی که از بدو تولد در وجودمون نهادینه شده به مفهوم درست یا غلط بودن چیزی معنا میدیم باور چه بسا ممکنه یه مسیر یا یک راه از دید من غلط باشه.

و دقیقا همون راه از دید شخصی دیگه بنا به باورهای وجودی فرد کاملا درست باشه، این باورها همونطوری که میدونید از محیط زندگی ما جامعه و افراد در ارتباط با ما در نهاد ما قرار می گیره و برای هر کسی می تونه متفاوت باشه هر گزینشی در زندگی ما توسط خودمون صورت میگیره و کاملا اشتباهه که فکر کنیم این دیگران هستن که برای ما تعیین میکنند.

گزینش همراه با اختیار تام در زندگی

حتی اگه این جمله یا طرز فکر رو هم در بهترین حالت درست بدونیم باید بگم که در نهایت خود ماییم که باز این راه رو انتخاب کردیم که کسی دیگه به جای ما تصمیم بگیره و انتخاب کنه. پس راحت میشه فهمید که حتی اگه اختیار ما دست کسی دیگه جز خودمون باشه،

این خود ماییم که انتخاب کردیم اختیارمون رو به شخصی دیگه واگذار کنیم پس انتخاب چیزی خارج از حیطه فکر و عمل و ذهن خودمون نمی تونه باشه تمام احساس های متفاوتی که ما در

طول روز یا در طول زندگیمون داریم نشات گرفته از همین موضوعه،

احساس خوشبختی، احساس نگرانی از جمله همین **احساس بدبختی و فلاکت، را خودمون انتخاب می کنیم دیگران نه می تونند ما رو بدبخت کنند و نه خوشبخت، تمام اون که چه می تونیم از اونها دریافت کنیم یا به اون ها بدیم فقط اطلاعاته.**



چه زمانی خود را قدرتمند میدونیم؟

- آیا کسی که ثروت زیادی داره می تونه قدرتمند باشه؟
- یا کسی که موفقیت های زیادی به دست آورده قدرتمنده؟
- آیا اگه در کار وتحصیل موفق باشیم قدرتمند محسوب می شیم؟ « به کلمه **قدرت** بیشتر فکر کنیم»

هر شخص تعریف خاصی از **قدرت** در سرلوحه فکریش داره قدرت به معنای توانایی و نیروی خاص در وجود انسانه و گاها این نیروهم برای بعضی افراد، از درون به بیرون خودنمایی می کنه و اون فرد قدرت رو در ظاهر و جسمش می بینه اما بازهم ریشه درونی در وجود شخص داره.

پس حالا که فهمیدیم قدرت برای هرفردی تعریفی متفاوت داره راحت میشه فهمید که هر شخصی هم خودش رو به دلایل متفاوت تری قدرتمند میدونه برای یه شخص قدرت می تونه نیروی بدنی و فیزیک خاص جسمی باشه،

برای افرادی که پرورش اندام کار می کنن بنا به فیزیک خاص بدنیشون،قدرت در ظاهر و جسم اون هاست یا حتی وزنه بردارها،

یه خلبان و یه کاپیتان قدرتشون در مغزشونه و یه فوتبالیست یا دونده قدرتش در پاهاشه، یه دانشمند قدرتش رو در بهره هوشی و اطلاعات بالاش میدونه و...



پس از دیدگاه هرکسی قدرت معنی خاصی داره و نشانه های قدرت در افراد مختلف می تونه متفاوت باشه بعضی ها قدرت رو در پول زیاد داشتن و ثروت میدونن، بعضی قدرت رو در علم و دانش و اطلاعات بالا و بعضی هم قدرت رو در محبوبیت و نفوذ

در قلبها پس لزوما همه این افراد می تونن از دیدگاه خودشون آدم های قدرتمندی باشن و خودشون رو به اسطوره های بی بدیلی برای تاریخ تبدیل کنند.

فکر کنم حالا دیگه تا حدودی جواب سوالامون رو گرفته باشیم. همه اینها رو گفتیم که برسیم به اصل مطلب »:**ما زمانی قدرتمند خواهیم بود که حق انتخاب داشته باشیم«**



تاثیر انتخاب درست بر زندگی شما

ما با گزینش درست مسیر زندگیمون میتونیم قدرت و توانایی خودمون رو شکوفا کنیم . همه ما انسان ها در وجودمون قدرت ذاتی داریم، و این تعیین و گزینش های ماست که به این قدرت درونی درجه و شدت میده ، یکی با انتخابش به سمت ورزش، پول و ثروت، تحصیلات و دانش اندوزی و دیگری با یه انتخاب به سمت شکست و ناکامی میره ما با گزینش های درست و به جامون می تونیم قدرت رو در زندگیمون تداعی کنیم.

در نهایت باید بدونیم که همه ما موجوداتی کلا قدرتمند هستیم، زیرا با تعیین و نقش داشتن در تعیین سطح کیفی زندگیمون میتونیم اتفاقات غیر قابل باور رو رقم بزنیم تا حالا به این موضوع فکر کردی که اورست چطوری فتح شد یا امریکا چطوری کشف شد؟

خیلی از وقایع پیرامون ما وجهان هستی، به صورت آگاهانه و تنها با قدرت تفکر و تخیل و حق انتخاب به وجود آمدن . یک روز شخصی پیدا شد و با شجاعت تمام، مسیری رو انتخاب کرد که کهکشانها و سیاره ها و جو خارج از کره زمین رو در مبحث علمی به نام فضا نوردی کشف کنه، یک فرد دیگه هم انتخاب کرد که به

دل اقیانوس ها و دریاها بزنه و قاره ها و شبه جزیره های جدید رو شناسایی کنه یه شخصی هم تصمیم گرفت که تمام زندگیش رو وقف آموختن فیزیک و ریاضی و علم و دانش کنه،

و یه دانشمند شناخته شده مثل نیوتن، انیشتین، پاستور و ارشیمدس و... بشه پس این به خود ما برمی گرده که چه راهی رو بریم و چه مسیری رو انتخاب کنیم » **حق انتخاب با ماست**«



انتخاب مسیر موفقیت

تو می تونی همین حالا مسیر زندگیت رو آگاهانه عوض کنی. مسیرها همیشه سر راه ما هستن، راهها، جاده ها و میانبرها جز جدایی نا پذیر زندگی ما آدمها هستن و این ما هستیم که کدوم جاده رو انتخاب می کنیم.

همه ما آدمها از هر راه و مسیری که بریم می خوایم برسیم به آبی زلال دریا (رسیدن به منبع اصلی درونی و وجودیمون خدا) این گزینش منه که از کدوم راه برم کلی جاده صاف و هموار یا پرپیچ و خم جلوی چشمم قرار گرفته و این منم که قدم در راه میزارم و مسیر دلخواهمو برگزینم.

طبع و سرشت همه ما آدم ها به صورتیه که عاشق راحتی و زیبا رسیدنیم،اما چطوریه که یکی در گرداب و باتلاق گرفتار میشه و یکی از مسیر زیبای رودخانه پایین دهکده عبور میکند.

انتخاب چالش های مسیر ناشناخته موفقیت

این که فکر کنیم خدا این رو برای ما خواسته و این تقدیر ما بوده که ما رو در اون مسیر غلط قرار داده کاملا اشتباهه و با عدل و عدالت خداوند بزرگ ناسازگاره خدا به من عقل، شعور، بینش و قدرت انتخاب داده و دیگه کاری نداره که من کدوم مسیر رو تعیین کنم و این به باور وجودی من برمی گرده که چی رو برگزینم.



البته بیشتر افراد انتخابشون ناآگاهانه هستتش، یعنی این که اونها نمیدونن سر راهشون چی قراره اتفاق بیوفته و مسیر درست کدومه، و چشم بسته راه رو مشخص میکنن.

اما بعضی دیگه از افراد هستن که کاملا آگاهانه سعی میکنن کوتاهترین راه رو طی کنن غافل از این که اون راه، اونا رو تحت چه خطراتی ممکنه قرار بده؟ فقط چون کوتاهترین و به ظاهر راحت ترین راهه اونو تعیین و گزینش میکنن برای همینه که یه عده به دل کوه و کمر میزنن و عده ای دیگه سر از شنزار و کویر داغ و سوزنده زندگی درمیارن.

یه عده ای از آدم های با تدبیر و بینشگر هم هستن که مسیرشون رو از دل جنگل و دشت گزینش میکنن تا هم زمان که به هدف میرسن از سفرشون هم لذت ببرن.

پس بیایم همیشه بهترین انتخابمون رو انجام بدیم، خودمونو به دل شن زار و باتلاق و طوفان نزنیم، بیایم از بهترین نعمت خدادادی به بهترین وجه استفاده کنیم، و چه چیزی بهتر از این که ما موجودی دارای اختیاریم.

با طلوع خورشید و شروع یه صبح جدید این منم که انتخاب می کنم روزم رو چطوری به پایان برسونم.



اگه من به این مطلب واقف باشم که در هر روز صبح خدای بزرگ یه منو پر از گزینه های مختلف جلوی من قرار میده و میگه :

« که یالا زود باش بنده من انتخاب کن تو حق اختیار داری » ، بعد این منم که با گزینش یکی از اونا می تونم روزم و حالم و زندگیم رو بسازم. می تونم آگاهانه بهترین هارو برای خودم به ارمغان بیارم.

لیست مهمونی خداوند

خداوندی که ما رو به مهمونی بزرگ این زندگی دعوت کرده یک لیستی از همه نعمت ها رو در مقابل ما قرار داده که از بین اون ها گزینش کنیم:

- فقر یا ثروت
- موفقیت یا شکست وناکامی
- عشق و دوست داشتن یا دل شکستن وتنفر
- احساس خوشبختی یا احساس بدبختی و...

این لیست بی نهایت گزینه داره این منو بازه و همه ما به مهمونی زندگی دعوت شدیم وقتی من بهترین گزینه رو از بین لیست،

و منوی دلخواه منحصر به زندگیم بیرون کشیدم باید شروع کنم به اقدام و حرکت در راه رسیدن به اون هدف و خواسته ام.

با توکل به خدای مهربون و این باور توحیدی که دستان خدا در دست منه و من می تونم با عقل و منطق و تلاشم و اعتقاد، ایمانم به همراهی خدا به عجیب ترین و شگفت انگیزترین نتایج برسم طوری که حتی برای خودم هم قابل باور نباشد.



همین طوری که عطار در یه بیت شعرش میگه:

تو پای به راه بنه و هیچ مپرس

خود راه بگویدت که چون باید رفت

انتخاب و اختیار از دیدگاه قرآن

در برخی آیات قرآنی هم اشاره دقیقی به انتخاب و اختیار شده وحتی در جاهایی خداوند به ما این توضیح رو داده که هرکسی مختاره زندگیش رو اونجوری که می خواد انتخاب کنه، و حتی در سوره بقره آیه ۱۵۶ فرمودند که « :**لا اکراه فی الدین ..**» **یعنی حتی در برگزیدن دینمون هم اجباری نیست**، در آیات دیگه هم اومده که:

وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ مَا أَشْرَكُوا وَمَا جَعَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا وَمَا أَنْتَ عَلَيْهِمْ بِوَكِيلٍ (سوره انعام آیه ۱۰۷)

اگر خدا می خواست آنان (به طور اجبار) شرک نمی آوردند، (ولی خواست خدا آزادی انسان در انتخاب است) و ما تو را بر آنان نگهبان و کارساز قرار ندادیم،)تا آنان را به اجبار به پذیرش دین وادار کنی.)(سوره انعام آیه ۱۰۷)

وَاتَّخَذُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ آلِهَةً لَعَلَّهُمْ يُنْصَرُونَ

و به جای خدا معبودانی انتخاب کرده اند به امید اینکه (به وسیله آنها) یاری شوند، (یس آیه۷۴)

لَا يَسْتَطِيعُونَ نَصْرَهُمْ وَهُمْ لَهُمْ جُنْدٌ مُحْضَرُونَ

در حالی که (معبودان) قدرت یاری دادن به آنان را ندارند و آنان (که سبک مغزان روی برتافته از حق اند) برای آن معبودان (از

سوی شیطان) سپاهی احضار شده اند،) تا عمر و مالشان را فدای این معبودان باطل کنند.) (یس آیه ۷۵)

إِنَّ لَكُمْ فِيهِ لَمَا تَخَيَّرُونَ

که در آن جهان هر چه را شما بخواهید و انتخاب کنید برای شما خواهد بود؟(قلم آیه ۳۸)



انتخاب در اشعار

شاعران بزرگ ما هم به این قدرت بیکران و نامحدود در وجود انسان ها اشاره کردن:

جهان‌کجاست،گلی زان نقاب می‌خندد
سحر تبسمی از آفتاب می‌خندد
فنای ما چمن‌آرای بی‌نقابی اوست
به قدر چاک کتان، ماهتاب می‌خندد

تلاش آگهی‌ات ننگ غفلت است اینجا
مژه ز هم نگشایی‌که خواب می‌خندد
تهی ز خویش شدن مفت آگهی باشد
ز صفر بر خط ما انتخاب می‌خندد
کجاست فرصت دیگرکه ما به خود بالیم
محیط نیز در اینجا حباب می‌خندد
غزلیات بیدل دهلوی
آینه بردار و حسن جان فزای خویش بین
انتخاب نسخهٔ صنع خدای خویش بین
ای که برافتادگان چون باد میرانی سمند
یک ره آخر زیر پای باد پای خویش بین
محتشم کاشانی

بررسی آزادی و حق انتخاب

ژان پل سارتر در مورد انتخاب آزادانه جمله ی معروفی داره که میگه: « من همیشه مي توانم آزادانه انتخاب کنم، اما باید بدانم که اگر انتخاب نکنم، باز هم انتخابي کرده ام.» ما در همه زمینه های زندگیمون مسائل ریز و درشت، اتفاقات، رویدادها و برنامه های پیش رو حق گزینش داریم و تنها و تنها انتخاب در دو چیز امکان ندارد.



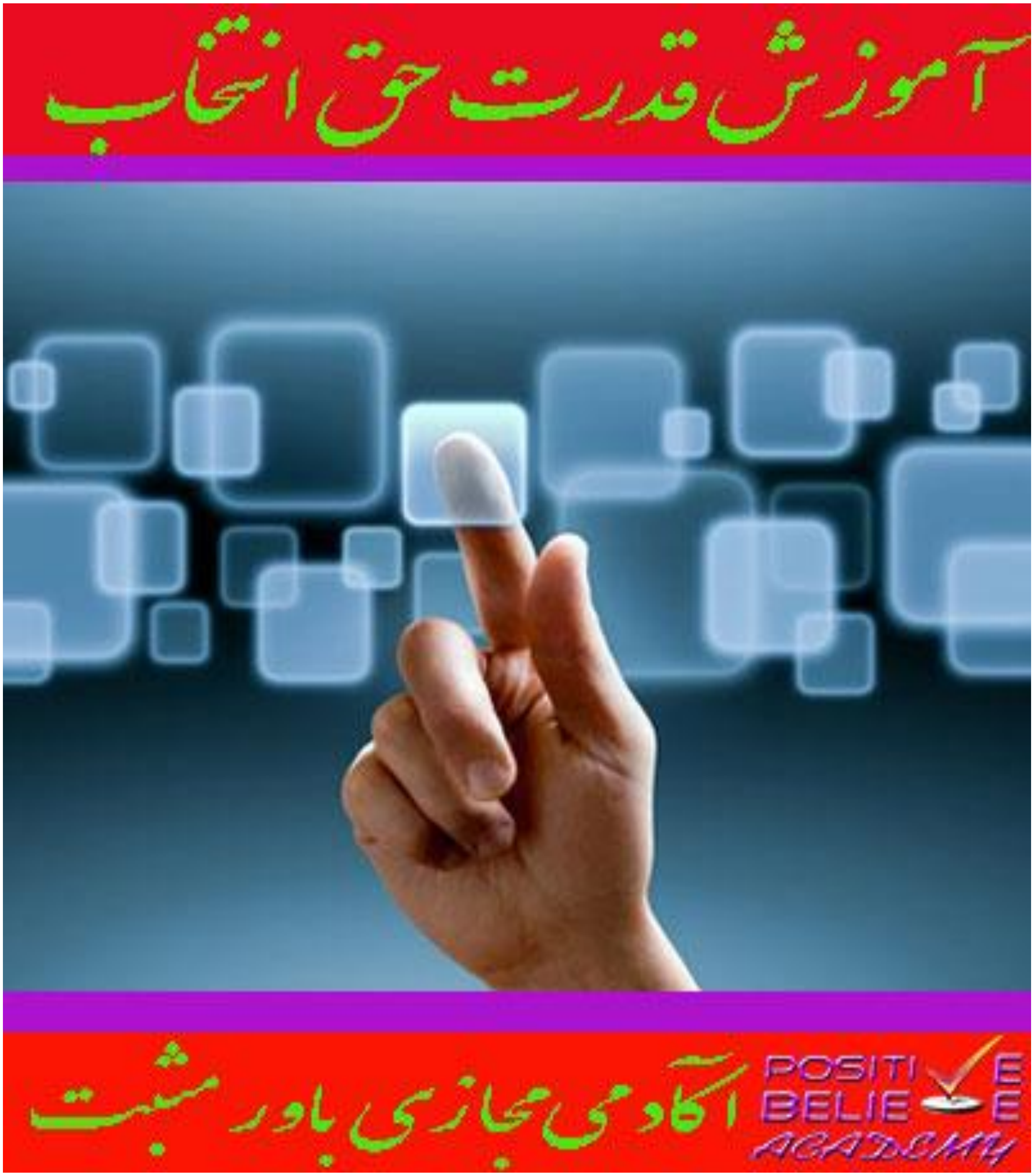
يكي تولد و يكي مرگ، که هر دوی این ها فقط در دستان پر قدرت خالق جهان هستی یعنی خداوند دانا و تواناست ما در تولد خودمون هیچ دخالتی نداشتیم و به همین دلیل پدر و مادر و خانواده و رنگ پوست و محل تولدمون در حیطه انتخاب ما نبوده،

ولی به محض به دنیا آمدن و شکل گرفتن شخصیت مون ما آزاد و مختاریم که تعیین کنیم محل زندگی دوستان، شهر، کشور، زیست بوم، نوع گفتار، رفتار، لباس پوشیدن ،تحصیلات ،شغل، همسر و..... کلی از این گزینش ها به عهده ماست.

درست مثل اینه که من برای خرید یه لباس مثلا یه تیشرت، به یه فروشگاه بزرگ میرم،

در اونجا قفسه ها و غرفه های زیادی پر از تنوع لباس های مختلف نظرمو جلب می کنه، در لحظه ی اول مشخص کردن از بین اون همه تنوع برای من مسلما کار سختیه، باید وقت بزارم و کل فروشگاه رو نگاه بندازم، و شاید حتی چندین و چندین بار به غرفه های مختلف سرک بکشم و به لباس ها و رنگ و جنسشون دقیق نگاه کنم.

بعد هم به فروشنده میگم که میشه دو یه سه نمونه از این مدل تیشرت برای من بیاری که بپوشم،فروشنده هم با کمال میل این کار رو انجام میده،



بعد از پوشیدن از بین اونها تازه با انتخاب یک نوع و یه شکل از تیشرت ها دچار مشکل انتخاب رنگ میشم و تازه کلی باید فکر کنم و نظر دوستم رو که باهامه بپرسم که ببینم چه رنگی بیشتر به من میاد وقشنگتر و مناسبتره بعد که انتخاب کردم تازه باید به خودمو برای چونه زدن سر قیمت و تخفیف اماده کنم.

حالا این در خوش بینانه ترین حالت بود که خیلی راحت تونستم انتخاب کنم، و ازفروشگاه دست پر بیرون بیام دقیقا همین مثال مصداق واقعی انتخاب های ما در زندگیه فرض کن که من آدم وسواس یا بد سلیقه یا متزلزل در انتخاب کردن باشم،

حتی اگه ساعتها هم داخل فروشگاه راه برم و به اجناس نگاه کنم در آخر با کلی بهونه و دست خالی از فروشگاه بیرون میام و خودم رو از داشتن چیزی با ارزش، فقط به دلیل انتخاب نکردن محروم می کنم تازه کلی هم بهونه دارم برای این انتخاب نکردنم رنگش خوب نبود، جنسش خراب بود، قیمتش گرون بود.

اعتماد به نفس و حق برگزیدن

قدرت حق انتخاب را یکبار برای همیشه یاد بگیرید

این که ما آدم هایی با اختیار هستیم به ما قدرت و اعتماد به نفس میده،کلا وقتی توی یک مسیر انتخابی قرار می گیریم احساس قدرت و مالکیت و برتری به ما دست میده،



که با خودمون میگیم آفرین به من که این قدر قدرتمند هستم که میتونم برای خودم و زندگیم تصمیم بگیرم و همین به من اعتماد به نفس میده اگه توجه کنیم و یادمون بیاد دوران کودکی خودمون رو زمانی که برای خرید یه کفش یا کلاه ازمون نظرخواهی میکردن چقدر احساس قدرت و بزرگ شدن داشتیم.

با لذت تمام، اون کفش یا کلاه دلخواهمون رو انتخاب می کردیم و حس بزرگ شدن در ما اعتماد به نفس بالایی ایجاد میکرد این اعتماد به نفس به مرور زمون به خاطر شرایط محیطی و رفتار اعضای خونواده ،اجتماع، دوستان ،آشنایان کم کم ارزش خودشو رو از دست داد،

دیدگاه شما به برگزیدنهای زندگیتون

من مي تونم تعيين كنم كه قرباني دنيا باشم يا يه ماجراجو در جستجوی راههای بهتر زندگی کردن ؛همه چيز بستگي به روش نگاه من و شما به زندگي داره هر تغییر توی زندگی نتیجه گزینش های ماست، پس بازم میگم همیشه بهترین گزینشمون رو انجام بدیم .

قدرت حق انتخاب را یکبار برای همیشه یاد بگیرید

ما توی زندگیمون مسلما انتخاب های زیادی انجام میدیم، در طول روز ممکنه بارها و بارها ما مجبور به انتخاب و تصمیم گرفتن در موارد زیادی بشیم، پس دامنه گزینش و تعیین ما در زندگی خیلی گسترده هستش ولی در سطر پایین به چند تا از انتخاب های مهم و سرنوشت ساز زندگیمون یه اشاره کوچیک می کنیم.



حق انتخاب دوست

یکی از مهم ترین گزینش های ما می تونه گزینش دوستان نزدیک ما باشه ، ما در آینده نزدیک شبیه ۵ نفر آدمی می شیم که با اونها در ارتباط تنگاتنگ هستیم.

این به این معنیه که کل رفتارهای اونها می تونه درما تاثیر بزاره و شخصیت ما رو تا حدودی شبیه شخصیت اون افراد بکنه، پس خیلی مهمه که ما دوستان و همنشینان مون رو درست انتخاب کنیم . دوست و رفیق در شکل گیری شخصیت افراد نقش بسیار مهمي داره،

زیرا حالات و افعال انسان به سرعت تحت تاثیر همنشین قرار مي گیره. یک دوست ناباب سرنوشت انسان را به طور کلی از مسیر اصلی خودش خارج می کنه، و اون رو در دام فساد و گمراهی و انحراف های اخلاقی میندازه و باعث به وجود اومدن مشکلات زیادی برای فرد میشه.

پسر نوح با بدان بنشست
خاندان نبوتش گم گشت

این بیت شعر میتونه ما رو به این مفهموم مهم برسونه که سرنوشت و مسیر زندگی ما رو گاهی برخی از دوستان و هم نشینهای ما تعیین میکنن البته بازم اینجا انتخاب اشتباه ما هستش که مسیرمونو از مسیر اصلی دور میکنه و تا ما خودمون نخوایم بازم این دوستان نمیتونن مارو به بیراهه بکشند.



گاهی هم کاملا برعکس یک انتخاب درست دوست و افرادی که با اونها مداوم در ارتباطیم می تونه ما رو برای رسیدن به اهدافمون تشویق و ترغیب کنه افراد و دوستانی که خودشون آدم هایی هدفمند و با برنامه هستن،

اهل یادگیری و مطالعه و تحقیق روی مطالب علمی و چگونگی موفقیت در مسیرهای زندگی هستن افرادی مثبت اندیش که همیشه نیمه پر لیوان رو می بینن،

این افراد با ذهنیت مثبتشون میتونن روی افکار ما تاثیر بسزایی بزارن و ما رو به سمت دنیای باورهای مثبت سوق بدهند، همنشینی با این دوستان که از یه انتخاب درست شروع شد راه گشای برنامه ها و اهداف ما می تونه باشه در این جا فقط اشاره کوتاهی به این انتخاب ها می کنیم چون حجم بالا و وسعت گسترده ای خود این مبحث داره.

حق انتخاب رشته تحصیلی

وقتی از مقطع راهنمایی وارد دبیرستان میشیم باید با پدیده ای به نام انتخاب رشته آشنا دست و پنجه نرم کنیم که بنا به علایق و سلیقه های ما شکل میگیره همونطور که دیدیم کسانی که از

بهره هوشی بالایی در زمینه ریاضیات و مباحث فیزیک و شیمی برخوردارن وارد دبیرستان شده و رشته های علوم ریاضی یا تجربی رو انتخاب میکنن.



برعکس افرادی هم که علاقه به صنعت و کاراهای هنری دارن جذب هنرستان ها میشن، و بعد به تفکیک در رشته مورد علاقه شون ادامه تحصیل میدن و افرادی هم که به مذهب و دروس حوزوی علاقمندن وارد حوزه میشن، و معرف و علوم اسلامی رو

دنبال میکنن در یه مقطع بالاتر که زمان ورود به دانشگاهه و افراد خودشون و توانایی هاشون رو یه بار محک زدن، باز هم انتخاب رشته انجام میدن و آینده تحصیلی خودشون رو رقم میزنن همین انتخاب رشته ها در مقاطع تحصیلی میتونه مسیر زندگی شخص رو حتی از نظر شغلی، مکان زندگی و حتی انتخاب همسر و نحوه زندگیش هم تغییر بده.



حق انتخاب همسر

همونطوری که در قرآن اومده: برای خودتان همسران شایسته انتخاب کنید تاکید پیشوایان و بزرگان دینی و خداوند در کتاب قرآن به همین موضوعه، زیرا این انتخاب یکی از مهم ترین انتخاب های زندگی هر فردی می تونه باشه.

همونطور که خداوند می فرماید: « و آرامش شما را در کنار همسر دلخواهتان قرار دادیم »... یعنی این که کسی که قراره سالها در کنارما قدم به قدم همسفر و همراه ما باشه باید بتونه به ما آرامش لازم در تمام مراحل زندگی رو بده و بالعکس،

ما هم همین آرامش رو به همسرمون منتقل کنیم. با یه انتخاب درست و کامل ما میتونیم به راحتی پله های ترقی و موفقیت رو در زندگیمون به راحتی طی کنیم همسر ما باید بال دیگه پرواز ما و کامل کننده این سفر باشه نه مانعی برای رسیدن به اهداف و آرزوها و آمالمون .

پس لازمه که با دقت بیشتر و عمیق تر و نگاهی خاص، این انتخاب رو انجام بدیم. ازدواج هم، مثل هر انتخاب مهم دیگه ای نیازمند دقت فراوانه همان طور که گفتیم، ازدواج و انتخاب همسر، یکی از مهم ترین تصمیم های زندگی ماست پس، سعی

کنیم انتخابی هوشمندانه و با در نظر گرفتن تمام جوانب انجام بدیم.

حق انتخاب شغل

اگه در شغلی که ما انتخاب می کنیم علاقه و اشتیاقی وجود نداشته باشه و یا اصلا خود اون حرفه و کار برخلاف سلیقه ما باشه، و ما با بی میلی و ازسر اجبار به اون کار بپردازیم، نمیتونیم آدم موفقی در زمینه شغلی بشیم .



و همیشه این استرس و اجبار حال روحی، ما رو به بدترین شکل ممکن تغییر میده و تاثیرات مستقیم هم روی زندگی خانوادگی و حتی دوستان و محیط و اجتماع ما میزاره تصور کنید یه کارمندی رو که از شغلش لذت نمی بره و کار مورد علاقش نیست و تنها از روی جبر و بخاطر گذران زندگی به این حرف رو آورده این شخص در تمام تایم کاری به ساعتش نگاه میکنه

و منتظره که زودتر تعطیل بشه و به خونه برگرده و در طول این زمان هم با مشتری ها و همکاراش نمی تونه ارتباط خوبی برقرارکنه و راندمان کاری رو هم در اون اداره یا شرکت پایین میاره. تازه زمان برگشت به خونه همه خستگی و تنش ها و مشاجرات کاریش رو به داخل زندگیش منتقل میکنه

و اینجوریه که یه انتخاب اشتباه کل سیستم فکری و روحی و فونداسیون یک زندگی رو بهم میریزه.پس سعی کنیم شغلی رو انتخاب کنیم که با علایق ما یه جورایی در ارتباط باشه.البته بازم به این معنی نیست که حتما باید در اون شغل مورد نظرم کار کنم، ما اگه نمیدونیم چه کاری رو دقیقا دوست داریم به آزمون و خطا روی میاریم و از امتحان کردن شغل های مختلف نترسیم

تست کنیم ببینیم توی چه کاری لذت بیشتری میبریم همونو انتخاب کنیم.



عوامل محیطی تاثیرگزار بر انتخاب های شما

محیطی که ما در اون زندگی می کنیم نقش بسزایی در نحوه تصمیم گیری ها و انتخابات ما داره، چون همون طوری که قبلا گفتیم، ما دقیقا شکل محیط و اطراف و افرادی رو می گیریم که باهاشون در تماسیم.

ما بسته به این که کجا زندگی می کنیم باورها و اعتقادات مختلفی رو داریم و شرایط به صورتی میشه که حتی درست و غلط هم به نحوی متفاوت تر از مکان دیگه برای شخصی دیگه میشه وجود فرهنگای مختلف و موقعیت جغرافیایی شهرهای ایران باعث شده که در هر شهر و روستایی یه آیین و آداب خاص رسمیت داشته باشه .

و این مسئله در مقیاس بزرگتر برای کشورها هم صدق میکنه ،مثلا در ایران به اصول خواستگاری از طرف خونواده های دختر و پسر اهمیت زیادی میدن، و حتما باید خونواده ها با هم آشنا بشن یا آشنا باشن بعد دیگر مراحل مثل شیربها و جهیزیه و ...، مورد بحث قرار میگیره، اما در کشورهای اروپایی، بیشتر خود دختر و پسر هستن که تصمیم میگیرن چه رفتاری رو از خودشون نشون بدن و مراسمی مثه شیربها و خواستگاری و شیرینی خورون و نامزدی و حنابندون و ... اینا ندارند.

رابطه ی بین احساسات و انتخاب های زندگی

احساسات در وجود ما یه جزء نهفته هستش و با بروز یک عمل یا رفتار این احساسات بیدار شده و عکس العمل جسمی در ما به وجود میارن.



خوب مسلما بنا به اون شرایط جسمی و جوی حاکم بر محیط ما هم با احساساتمون متفاوت به مسائل واکنش نشون میدی و بی خبریم از اینکه اگه قرار باشه در اون شرایط یه تصمیم بگیریم یا یه انتخاب کنیم حتما و لزوما اون انتخاب درستی نمیتونه باشه، چرا که اون تصمیم تحت نفوذ یه احساس و غلبه اون برما گرفته شده.

ما اگه دچار احساس خشم یا عصبانیت باشیم مسلما نوع انتخابمون با حالتی که درآرامش و لطافت روح هست فرق می کنه توی عصبانیت آدم ها اغلب نمی تونن به افکار و اعمال خودشون تسلط داشته باشن و همین باعث میشه تصمیم که تحت تاثیر خشم گرفته میشه یه تصمیم و انتخاب ناقص از مجموعه ای از واکنش های منفی جسم و روح ما باشه برا همینه که بزرگان دینی ما همیشه توصیه می کنن که در زمان خشم و عصبانیت تصمیم نگیرید.

عجولانه ترین و بی منطق ترین تصمیمات وانتخابات حاصل همین احساسات منفی خواهد بود، زندگی یه مجموعه ای از انتخاب هایی که ما در به وجود آمدنش نقش اساسی داریم. انتخاب های ما می تونن بهترین دوست یا بدترین دشمن ما باشن.

قدرت حق انتخاب را یکبار برای همیشه یاد بگیرید

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

بگو: اگر خدا را دوست دارید، پس مرا پیروی کنید تا خدا هم شما را دوست بدارد، و گناهانتان را بیامرزد؛ و خدا بسیار آمرزنده و مهربان است.(سوره ال عمران آیه۳۱)



بررسی حق انتخاب و تصمیم گیری

در ساده‌ترین شکل، تصمیم گیری، به معنی انتخاب کردن بین دو یا چند اقدام مختلفه برامون زیاد این موضوع پیش اومده که سر یه دوراهی قرار گرفتیم، و روزها و ساعت ها به اون مسئله و حلش فکر کردیم که کدوم راه و انتخاب می تونه بهترین تصمیم برای اون زمان ممکن باشه،

درگیر شدن افکار برای یک انتخاب رو می تونیم تصمیم گیری بنامیم و به غلط برای ما جا افتاده این موضوع که تصمیم گیری خیلی سخته در مورد هر مسئله ای و فقط آدمهای قدرتمند و قوی می تونن تصمیم بگیرن و راه درست رو انتخاب کنن ،این یه باور مخرب و اشتباهه چون همه ما ذاتا قدرتمند و با اختیار به دنیا اومدیم.

تصمیمات ما در طول زندگی یکی از ارکان مهم در موفقیت کاری و زندگی ما میتونه باشه. زمانی که در شرایط حساس قصد **تصمیم گیری** داریم، باید از دانسته ها و راز و رمزهای موفقیت چیزی بدونیم تصمیمات مسیر زندگی ما رو عوض می کنه و به همین

خاطره که اهمیت زیادی دارن. یک تصمیم درست می تونه آدمی را به اوج برسونه و یک تصمیم غلط می تونه تمام تلاش های فرد رو به باد حسرت دهد.



ترس مانعی ناشناخته برای انتخاب هاتون

به نظرتون چرا گاهی ما نمی تونیم تصمیم بگیریم وانتخاب کنیم ؟! درست حدس زدی یکی از دلایل این که ما در تصمیم گیری ضعیف هستیم اینه که می ترسیم ترس مانع بزرگی برای انتخاب کردنه ، افرادی که نمی تونن راحت تصمیم بگیرن آدمهایی ترسو هستن که با محافظه کاری خود قصد دارن در ازای به دست آوردن چیزی چیزهایی رو از دست ندن «ترس از دست دادن و بدست نیاوردن»

ما اکثر اوقات این ترس در وجودمون هست که مبادا با یه گزینش فرصت مناسب دیگه رو از دست بدیم ، یا این که حاصل انتخاب و تصمیم گیری ما در یه زمینه خاص باعث از دست دادن یه سری از منافع شخصیمون یا آدم های مورد علاقه زندگی مون باشه، پس برا همین سعی می کنیم از این عمل فرار کنیم و خودمون رو به اصطلاح به دست تقدیر بسپاریم،

یا بشینیم ببینیم که کسی میاد و به جای ما تصمیم بگیره، که اگه خوب بود خودمون رو مورد تشویق قرار بدیم که به اون شخص

اعتماد کردیم و در صورت اشتباه و تصمیم غلط کسی رو برای مواخذه کردن و انداختن تقصیرها به گردنش داشته باشیم انتخاب کردن وتصمیم گیری جز یکی از مهارتهای لازم زندگیه که باید از همون دوران بچه گی درما رشد کنه وتحت آموزش و پرورش قرارش بدیم.

در کشورهای پیشرفته یک مبحث تحصیلی در همین زمینه در دوران دبستان و حتی قبل از اون برای کودکان در نظر گرفتن، و همین آموزش ها کمک میکنه به افرادی که از سنین پایین در معرض آزمایش و امتحان تصمیم گیری قرار گرفتند.

مسئولیت پذیری و حق انتخاب

بعضی افراد به دلایل ضعف هایی که در وجود و شکل گیری شخصیتشون داشتن همیشه از پذیرفتن بار مسئولیت انتخابشون شونه خالی می کنن، و هیچ وقت نمیپذیرن که پیشامد مد نظر حاصل تصمیم و انتخاب خود اونها بوده و همیشه به دنبال یه راه گریز و بهونه جویی هستن .

افراد بهانه گیر رویکرد اتفاقات زندگی شون رو به مسائل و افراد بیرونی نسبت میدن و به این طریق خودشون رو به اصطلاح عامیانه، به کوچه علی چپ میزنن که این افراد شخصیتی مسئولیت ناپذیر دارن. ما مختاریم، یعنی صاحب اختیاریم



و این یعنی این که ما از خود طلوع آفتاب تا غروب خورشید، مدام در حال انتخابات مختلف در زندگیمون هستیم. اگه خوب به این موضوع دقت کنیم خیلی واضحه: در رفت وآمدها، در خریدن و نخریدن ها، در دیدن و ندیدن ها، در شنیدن و نشنیدن ها، در گفتن و نگفتن ها، در بودن و نبودنها و... در یک کلام در تصمیم گرفتن ها ما کاملا اختیاری عمل می کنیم.

به ما انسان ها حق انتخاب داده شده، پس نمي تونيم مسئولیت ها رو به گردن خدا یا طبیعت یا افراد دیگه بندازیم، بلکه این مسئولیت خود ماست و باید خودمون اون رو به دوش بکشیم.

هر انتخابی هم مسلما مسئولیت به دنبال داره، یعنی هر کس بنا به اختیارش همه اون چیزی رو که انتخاب کرده، خودش مسئول انتخابشه،هر چی که باشد و هر نتیجه ای که داشته باشه فقط و فقط مسئولیتش با خود فرده این من هستم که انتخاب می کنم که دیگران چه رفتاری با من داشته باشن با رفتاری که خودم با خودم دارم، با نظری که نسبت به خودم دارم حتی احساسی که به خودم دارم و... وقتی این انتخابها در مورد خودم به عمل در میاد و تداوم پیدا میکنه یه موج مثبت تولید میشه که این موج، موج صادر می کند و این امواج به دیگران میرسه و طرز نگاه و دیدگاه اونها رو نسبت به شخصیت و توانایی های من رقم میزنه.

سرانجام انتخاب و استقلال فکری

استقلال فکری یعنی این که شخص خیلی راحت بتونه در مسائل مختلف زندگیش ابراز عقیده کنه و بدون وابسته بودن به کسی تصمیمات درستی برای برنامه های کاری و زندگیش بگیره .



مستقل بودن به معنای مشورت نکردن نیست استقلال فکری به این معنی نیست که شخص در کارهاش با کسی مشورت نداشته باشه، چون همون طوری که می دونیم در مورد مشورت در کتاب قرآن زیاد صحبت شده وخداوند می فرماید : « افراد با ایمان در کارهایشان همیشه مشورت میکنند.»

انتخاب مشورت با افراد آگاه

یعنی این که ما در بعضی کارها با افرادی متخصص و عالم در اون زمینه مشورت و صحبت کنیم اما در نهایت تصمیم و انتخاب نهایی رو خودمون انجام بدیم، و این می تونه استقلال فکری باشه. موضوع مورد مشورت و فرد قابل اعتمادی که ما با اون شخص به مشورت می پردازیم.

هم خیلی مهمه و نقش تعیین کننده در شکل گیری یه تصمیم برای ما میتونه داشته باشه.

پس سعی کنیم همیشه با افرادی مشورت کنیم که توانایی لازم در انتقال دادن، یک سری اطلاعات در مورد اون مبحث رو داشته باشه و بتونه مثبت اندیشی رو در ما به وجود بیاره. افرادی که وابستگی فکری به دیگران دارن، و از خودشون استقلال ذهنی

قدرت حق انتخاب را یکبار برای همیشه یاد بگیرید

ندارن اهل فکر کردن واندیشیدن نیستن و اجازه میدن که به راحتی دیگران به جاشون تصمیم بگیرین، حتی در ساده ترین امور زندگی واین نتایج مخربی رو براشون در کارها به بار میاره.



در کشور ما اصولا یک سن خاص رو برای استقلال فکری تعریف می کنیم، مثلا افراد ۱۸ سال در کشور ما حق رای دارن و میتونن انتخاب کنن یا این که برای دریافت گواهینامه رانندگی یا خیلی از کارهای دیگه سن خاصی مشخص شده، در صورتی که ما باید فرزندانمون رو در همون کودکی مستقل از نظر فکری بار بیاریم و اجازه انتخاب های کوچیک و تصمیم گیری های غیرمهم رو به اونها بدیم و با این کار علاوه بر این که به اونها اعتماد به نفس و شخصیت مستقل فکری دادیم ،بلکه می تونه تجارب به دست اومده برای اونها یه آموزش درست، و صحیح برای رویارویی با انتخاب های بزرگ زندگی اشخاص در آینده باشه.

انتخاب طلایی=شانس طلایی

در مباحث دیگه بارها به این نکته اشاره کردیم که چیزی به نام شانس وجود نداره و شانس می تونه برای هرکسی استفاده درست و به موقع با تیزهوشی کامل از یک فرصت پیش اومده باشه.

پس می تونیم شانس رو اینطوری معنا کنیم که یه انتخاب درست یه شانس مهم برای ما میتونه به ارمغان بیاره

همه ما گاهی در زندگیمون یه انتخاب طلایی داریم: یکی انتخاب طلاییش انتخاب همسره، یکی دیگه شغل و حرفه مورد علاقشه، کسی دیگه محل زندگی و...



اما شانس طلایی این افراد در زندگی حاصل انتخاب درست و درست تر بوده که با مهارت و آگاهی کافی اون رو انجام دادن ومهم ترین تصمیمات زندگی خود شون رو به بهترین نحو اتخاذ کردن.

انتخاب باور مثبت و فکر

تا اینجایی که درباره قدرت حق انتخاب باهم صحبت کردیم بهتره به مهم‌ترین نکته هم اشاره کنیم و اون اینه که ما میتونیم افکار و باورهای خودمون رو انتخاب کنیم و بعد از انتخاب این افکار و باورها میتونیم **واقعیت‌های زندگی** و زندگی تازه‌ای رو برای خودمون خلق کنیم در این انتخاب به نظر من بهترین انتخابی که ما میتونیم داشته باشیم بهترین‌ها هستن،



در واقع ما باید بهترین فکر و بهترین **باور مثبت** رو در زندگیمون انتخاب کنیم و بعد از انتخاب اون بیایم ذهنیتمون رو در راستای این باورها و افکار جدید هدایت کنیم تنها و تنها زمانی ما محدودیت‌ها رو در زندگیمون تجربه می‌کنیم که ما انتخاب رو از خودمون بگیریم و قدرتی رو در درون خودمون و در انتخاب‌هایی که داریم احساس نکنیم،

پس انتخاب‌ها در زندگی محدودیت هارو برای ما کنار خواهد زد و داشتن انتخاب برای هر کسی باید شادی آفرین باشه چون ما دیگه میدونیم که ه مسیری رو پیش بگیریم هر دست آورد بزرگی به‌واسطهٔ انتخاب واقعی و جدی به وجود اومده و تمام افرادی که ما اونارو الگوهای مناسبی در زندگیمون میدونیم.

یک انتخاب محکم رو در زندگیشون گرفتن، و برای اون انتخاب شروع به تلاش و حرکت کرده‌اند و در این مسیر همواره افکار خودشون رو هم تغییر دادن و افکار بهتری رو برای خودشون و برای مسیرشون انتخاب کردن، پس اینکه ما میخوایم در زندگی موفق بشم بایستی این خواستن رو در عمل بسنجیم چون اکثر افراد موارد خوب و رویاها عالی رو در زندگیشون میخوان اما در انتخاب‌های اونا میشه این رو دید که اینا فقط افکار هستند، چون

هیچ حرکتی در راستایی اون افکار و انتخاب‌ها صورت نگرفته دقیقاً انسان‌ها در زمان انتخاب و اجرایی کردن اون انتخاب مسیر زندگیشون رو از هم جدا می‌کنند



.

جمع بندی کتاب و کلام پایانی:

تصمیم گرفتن ، یعنی مختار بودن « هر جا اختیار هست ، انتخاب خواهد آمد »، حتی اگه هیچ کاری رو در طول روز با اختیاری که داریم انجام ندیم ، باز این خود ما هستیم که انتخاب کردیم و انتخابمون ، سکون و رکود و تنبلیه. پس همیشه به دنبال اختیار بی شک انتخاب میاد.

حالا که متوجه شدیم یک انتخاب چقدر می تونه مسیر زندگی ما رو تغییر بده پس بیایم همیشه در زمینه های مختلف زندگیمون، که قراره انتخاب و تصمیم گیری روی بده مطالعه دقیق وکاملی در اون مورد داشته باشیم،

و باصبر و آرامش کامل در بهترین زمان جوانب مختلف رو بسنجیم و از بین گزینه ها بهترین انتخابمون رو انجام بدیم. چون انتخاب ها سرنوشت ساز زندگی آینده ما هستن پس برای بهتر زندگی کردن بهترین انتخابمون رو انجام بدیم.

در پایان امیدوارم که انتخاب کنین و از انتخاب نکردن یا انتخاب های اشتباه نترسین چون در هر صورتی برد با ماست و ما همواره بزرگ و بزرگتر میشیم،

درصد انتخاب درست و صحیحتون بالا میره و همواره فردی با تجربه و بزرگ به حساب میایین یادتون نره که دوستتون داریم مارو از دیدگاههای زیباتون برخوردار کنین سپاس از همراهیتون در پناه حق

یا حق.